

INFORMAZIONI PERSONALI

Baio Chiara

📍 Via Credeè 5, 23900 Lecco (Italia)

☎ 3407862371

✉ chi.baio.90@gmail.com

OCCUPAZIONE DESIDERATA

Osteopata e istruttore in ambito sportivo

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

2017–alla data attuale

Istruttore ginnastica artistica

Ghislanzoni Gal, Lecco (Italia)

Istruttore di ginnastica artistica con un gruppo di ragazze di medie e superiori per un pomeriggio la settimana.

2015–alla data attuale

Istruttore nuoto sincronizzato

Pratogrande, Garlate (Italia)

Insegnante di nuoto sincronizzato, con due gruppi di ragazze, da 8 anni ai 18, per tre pomeriggi la settimana.

2015–2019

Istruttore sportivo

CONI, EDUCAMP, Lecco (Italia)

Responsabile di un gruppo di 12 ragazzi, dai 5 ai 13 anni, presso il campus estivo multidisciplinare.

2013–2019

Esperto di motoria

CONI, Lecco (Italia)

Istruttore di motoria tramite progetti indetti dal coni in diverse scuole:

2013/2014 Istituto comprensivo Lecco2 plesso di Ballabio, con dieci classi alla settimana.

2014/2015 Istituto comprensivo Cremeno plessi di Primaluna, Pasturo, Introbio e Cortenova, con dodici classi alla settimana.

2014/2015 Istituto comprensivo Marco D'Oggiono, plesso di Ello, tutor una volta al mese lezione con cinque classi.

2015/2016 Istituto comprensivo Lecco 2 plesso di Ballabio e Santo Stefano, con dieci classi alla settimana.

2016/2017 Progetto finanziato non dal CONI ma dalla stessa scuola, Istituto comprensivo Lecco 2 plessi di Laorca, Bonacina e San Giovanni con dieci classi alla settimana.

2017/2018 Istituto comprensivo Lecco 2 plesso di Ballabio, Laorca e Bonacina con quattordici classi alla settimana.

2018/2019 Istituto comprensivo Lecco 2 plesso di Ballabio con dieci ore la settimana.

2012–alla data attuale

Istrutture di nuoto

Pratogrande, Garlate, Lecco (Italia)

Istruttore di nuoto per bambini di diversi livelli, specialmente piccoli, dai tre anni, stando in vasca con loro, per due pomeriggi a settimana.

Istruttore di acquaticità, corsi per mamme con bambini dai tre ai ventisette mesi, per una mattina a settimana.

Istruttore di salvamento.

2012–2014 Istruttore di minivolley

Picco Lecco, Lecco (Italia)

Istruttore minivolley per un pomeriggio la settimana con un gruppo di bambini dall'asilo alla seconda elementare.

Istruttore minivolley per due pomeriggi la settimana con un gruppo di bambini dalla seconda elementare alla quinta.

2010–2018 Insegnante di ginnastica artistica

A.S.D. Prolissone Ginnastica, Bulciago (Italia)

Programmazione e gestione di allenamenti di due gruppi di bambine, per due pomeriggi la settimana, con bambine dall'asilo, prima seconda elementare e terza, quarta, quinta e medie.

Relazione con i genitori, pagamenti e programmazione gare.

2017–2018 Insegnante di nuoto

Energy Sport S.S.D., Valmadrera (Italia)

Istruttore di nuoto con bambini e adulti.

2019–alla data attuale Istruttore fitness

Moves club Lecco, Lecco (Italia)

2019–alla data attuale Osteopata

Studio Pasol, Lecco (Italia)

Collaborazione osteopatica con studio di medicina del lavoro.

09/10/2019–29/10/2019 Osteopata

Missione Same Hands, Same (Tanzania)

Esperienza di volontariato osteopatico presso un centro di bambini disabili in Africa.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2019–alla data attuale

SOMA School of Osteopathic Manipulation, Milano

Corso post graduate in osteopatia pediatrica.

15/03/2019–16/03/2019 Corso di formazione "Quantum Italia 2019: Il tocco nella pratica clinica e Osteopatica"

Registro degli Osteopati Italiani, Soma, Come collaboration, Fondazione poliambulanza Istituto Ospedaliero, Brescia

25/10/2018 Osteopata D.O. M. Roi

SOMA School of Osteopathic Manipulation, Milano

Superamento dell'esame di stato e quindi iscritta al ROI, Registro degli Osteopati Italiani.

2012–2018 Osteopata D.O.

SOMA School of Osteopathic Manipulation, Milano

Diploma in osteopatia;

tesi: "trattamento manipolativo osteopatico nella donna gravida con feto in presentazione podalica."

2017–2018 Tirocinio osteopatico

Milano (Italia)

60 ore di tirocinio osservazionale presso osteopati formati alla mia scuola e 20 ore di tirocinio pratico in studio, al COMI centro osteopatico Milano, e durante le giornate di clinica nei seminari di formazione.

12/03/2016–13/03/2016 Corso Postgraduate

SOMA, Milano (Italia)

Attestato di partecipazione al corso postgraduate "TAPE Neuromuscolare Leukotaping Method"

2016 Tecnico di nuoto sincronizzato

FIN Lombardia, Milano (Italia)

Brevetto di tecnico istruttore di nuoto sincronizzato.

2012 Istruttore di nuoto primo livello

FIN Lombardia, Milano (Italia)

Sono in possesso, grazie ad un esame superato brillantemente all'università Cattolica, del brevetto di istruttore di nuoto di primo livello.

2009–2013 Laurea Scienze Motoria e dello Sport

Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano (Italia)

Materie trattate, generali:

Inglese, Economia

Professionali:

Ginnastica artistica, Atletica, Basket, Nuoto, Pallavolo, Psicologia sportiva

Tesi: Studio personale su CoreAlign, strumento del pilates che sviluppa attraverso svariati esercizi la core stability.

08/2008 Study Tours Florida experience at the advanced level

Rider University, Dodgertown (Stati Uniti d'America)

Vacanza studio di due settimane in Florida con corso di inglese avanzato.

2003–2009 Diploma Liceo Psico Socio Pedagogico

Istituto G. Bertacchi, Lecco (Italia)

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre italiano

Lingue straniere

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
inglese	B1	B1	B2	B2	B1

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Utente autonomo	Utente autonomo	Utente base	Utente base	Utente base

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

Patente di guida B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Attività extracurricolari

Catechista in oratorio a bambini di 8 anni e a ragazzi dai 14 ai 18 anni.
 Con questi ultimi esperienze di campeggi estivi della durata di dieci-quindici giorni organizzati dalla parrocchia.

Interessi personali

Ginnasta, nella squadra della Ghislanzoni GAL di Lecco per dodici anni.
 Pallavolista, nella squadra open categoria CSI, nella società Lecco Alta, dal 2012 ad oggi.
 Sincronetta, nella squadra master nella piscina Wet Life, Nibionno per la stagione 2017/2018; dal 2018 ad oggi per la società Green Sport di Pratogrande, Garlate.
 Inoltre adoro fare i dolci e mi piace molto cucinare.